

Position Paper · Achtergrondnotitie

Jongeren empoweren en beschermen op sociale media

Noodzaak voor een integrale aanpak, geen verbod

Netwerk Mediawijsheid & Nationale Jeugdraad (NJR) · mei 2026

[Netwerk Mediawijsheid](#) zet zich al ruim 18 jaar in om jongeren te empoweren op het gebied van mediawijsheid, zodat zij veilig, weerbaar en kansrijk kunnen opgroeien in een digitale wereld. Het Netwerk vindt dat de stem van jongeren te weinig gehoord wordt bij de ontwikkeling van beleid. Daarom heeft zij samen met de [Nationale Jeugdraad \(NJR\)](#) naar dit vraagstuk gekeken. NJR komt als grootste jongeren netwerk van Nederland op voor wat jongeren nodig hebben.

Wij roepen op om te kiezen voor een **integrale aanpak die jongeren beschermt, zonder hen buitenspel te zetten**: een aanpak die platforms verantwoordelijk houdt, investeert in mediawijsheid en digitale vaardigheden, ouders, opvoeders en professionals ondersteunt, jongeren structureel betreft als ervaringsdeskundigen én medevormgevers van de digitale toekomst en een vangnet creëert voor jongeren als het toch misgaat.

Dit pleidooi baseren we op onderzoek onder 12.000 jongeren (12-29 jaar), eerste ervaringen uit Australië, inzichten van experts en gedragswetenschappers en een breed gedeelde urgentie binnen onze netwerken.

Wat zeggen jongeren?

NJR heeft samen met meer dan 12.000 jongeren (12-29 jaar) uit Nederland en Caribisch Nederland en 10 ministeries een landelijke, domeinoverstijgende langetermijnvisie opgesteld: de [Nationale Jeugdstrategie](#). De strategie draait om structurele jongerenparticipatie en een samenhangende aanpak van thema's als mentale gezondheid, wonen, onderwijs, bestaanszekerheid, online leefwereld en klimaat.

Op het gebied van sociale media geven jongeren aan dat deze een essentieel onderdeel zijn van hun leven: een plek om zichzelf te uiten, contacten te leggen, informatie te vinden en communities te vormen. Tegelijkertijd willen zij wél verandering. Ze vragen om meer regie over hun online omgeving, meer controle over hun data en algoritmes, en betere ondersteuning in digitale vaardigheden en mediawijsheid. Volgens jongeren ligt de oplossing **niet in het verbieden van sociale media**, maar in het versterken van hun weerbaarheid en het verbeteren van de online omgeving zelf.

"Sociale media kunnen bestaande kwetsbaarheden versterken – maar zijn zelden de enige oorzaak."

Jongeren benadrukken dat mentale problemen niet los gezien kunnen worden van bredere maatschappelijke problemen, zoals prestatiedruk, woningnood, financiële onzekerheid, klimaatstress en een gebrek aan

toekomstperspectief. Sociale media zijn daarin slechts één onderdeel. Jongeren pleiten daarom voor **integraal jeugdbeleid** dat hen niet benadert als probleemgroep, maar als actieve partners in beleid en samenleving.

Wat kunnen we leren van Australië?

Australië voerde als eerste land ter wereld in december 2025 een socialemediaverbod in voor jongeren onder de 16 — voor platforms als TikTok, Instagram, Snapchat, YouTube en Facebook. Vier maanden later publiceerde de Australische toezichthouder [eSafety Commissioner](#) haar eerste nalevingsrapport. De wet verplicht platforms "redelijke stappen" te nemen om minderjarigen te weren; bij overtreding riskeren ze boetes tot AUD 49,5 miljoen. Desondanks zijn vijf grote platforms formeel onder onderzoek geplaatst.

De bevindingen na vier maanden:

Platforms hielpen jongeren actief hun eigen regels te omzeilen. Sommige diensten nodigden gebruikers die al hadden aangegeven jonger dan 16 te zijn, uit om hun leeftijd te "corrigeren" via gezichtsschatting — een methode die notoir onbetrouwbaar is rond de 16-jaarsgrens.

63–69% van de jongeren had nog steeds een actief account op Facebook, Instagram, Snapchat of TikTok, blijkt uit ouderpeilmeting van eSafety. Accountverwijderingen gaan niet gelijk op met feitelijk minder gebruik.

Er is geen aantoonbare afname van schade. De eSafety Commissioner ontvangt onverminderd klachten over cyberpesten en beeldmisbruik van minderjarigen mét accounts op verboden platforms.

Platforms handelden reactief, niet proactief. Verbeteringen kwamen pas na directe interventie van de toezichthouder.

Gebruik verschuift naar ongereguleerde platforms. Jongeren kijken uit naar minder bekende en soms ongereguleerde plekken online — buiten het bereik van ouders en toezichthouders.

De les is duidelijk: **een verbod zonder robuuste platformverantwoordelijkheid en afdwingbare handhaving is voornog een papieren tijger.** Platforms behandelen naleving als onderhandeling. De beslissingen over boetes — verwacht medio 2026 — zullen uitwijzen of de wet daadwerkelijk tanden heeft.

Nederlandse wetenschappers en experts waarschuwen dat een verbod niet de beste route is om kinderen te beschermen: jongeren die later in aanraking komen met sociale media, leren niet hoe ze er verantwoord mee omgaan en luisteren dan minder naar ouders. Bovendien miskent een verbod alles wat jongeren verliezen: toegang tot informatie, gemeenschap, maatschappelijke participatie en identiteitsvorming. Zeker voor LHBTIQ+-jongeren of jongeren in isolement kan sociale media een essentieel veiligheidsnetwerk zijn.

Hoe verder? Naar een integrale aanpak

Iedereen wil dat jongeren veilig, kritisch, weerbaar en kansrijk kunnen opgroeien in een digitale wereld. Dit vraagt om een **integrale en systemische aanpak** — geen snelle oplossingen, maar structureel beleid waarbij overheid, platforms, onderwijs, ouders én jongeren zelf een rol spelen.

1 Co-creëer met jongeren – zij zijn experts, geen zorgprobleem

Het publieke debat over sociale media gaat vaak óver jongeren, maar wordt veel te weinig mét hen gevoerd. Jongeren worden te snel weggezet als slachtoffer of zorgprobleem, terwijl ze zelf heel goed weten wat er speelt en wat ze nodig hebben.

De Nationale Jeugdstrategie — opgesteld met meer dan 12.000 jongeren (12-29 jaar) en beleidsmakers van tien ministeries — maakt dat duidelijk. Jongeren willen eigenaar zijn van hun online wereld: eigenaarschap over hun data, zelf bepalen wat ze zien, en beter worden toegerust om met sociale media om te gaan. Ze vragen **niet om een verbod** op sociale media. Ze vragen om verandering, betere tools, en om serieus genomen te worden.

Aanbevelingen

- › Betrek jongeren uit alle hoeken van de samenleving structureel bij de ontwikkeling en evaluatie van beleid over digitale media — niets over jongeren, zonder jongeren.
- › Richt platforms of opgavenetwerken in waar jongeren samen met beleidsmakers, techbedrijven en maatschappelijke organisaties nieuwe initiatieven ontwikkelen die aansluiten bij hun leefwereld.
- › Verhoog bewustwording over de impact van sociale media op mentale gezondheid, maar presenteer jongeren daarin als competente gesprekspartner, niet als passief slachtoffer.

2 Verplicht platforms om kinderen en jongeren te beschermen

Techbedrijven spelen een grote en tot nu toe te weinig gereguleerde rol in hoe jongeren de online wereld ervaren. Verslavende ontwerptechnieken, algoritmes die inspelen op emotie en aandacht, en het gebrek aan transparantie over datagebruik zijn concrete problemen waarvoor platforms verantwoordelijkheid dragen.

Wetgeving zoals de Digital Services Act (DSA) biedt aanknopingspunten, maar handhaving schiet tekort. De technologische ontwikkeling gaat sneller dan de regelgeving. De Digital Fairness Act (DFA) kan hierin een volgende stap vormen door explicieter aandacht te geven aan verslavende en manipulatieve ontwerpelementen op digitale platforms.

Uitgangspunt zou moeten zijn om platforms die schadelijke mechanismen en content inzetten te verbieden of te reguleren — **niet jongeren zelf te verbieden.**

Aanbevelingen

- › Veranker kindvriendelijk, stimulerend en ontwikkelingsgericht ontwerp ('design for children and youth') wettelijk: beperk verslavende elementen zoals eindeloos scrollen, nachtelijke notificaties en algoritmische versterking van extreme content, ter bescherming van kinderen, jongeren en jongvolwassenen.
- › Kijk breder dan sociale media: schadelijke mechanismen doen zich ook voor op gameplatforms (zoals Roblox) en via AI-chatbots. Maak onderscheid tussen sociale interactieplatforms (zoals WhatsApp en Signal) en sociale mediaplatforms (zoals TikTok, Instagram en Snapchat).
- › Zorg voor snelle ontwikkeling en implementatie van de Digitale Kijkwijzer.
- › Versterk de handhaving van bestaande wetten (AVG, DSA, AI Act, VN-Kinderrechtenverdrag) met snellere procedures en hogere sancties voor overtreders.

- › Verplicht platforms tot transparantie over hoe algoritmes werken, welke data worden verzameld en hoe gepersonaliseerde reclame wordt ingezet richting minderjarigen.

3 Investeer in digitale geletterdheid en mediawijsheid

Weerbaarheid begint niet bij een verbod, maar bij kennis en vaardigheden. Nederlandse middelbare scholieren scoren gemiddeld onder het wereldwijde basisoniveau van digitale vaardigheden. **Eén op de drie leerlingen** beschikt niet over de basisvaardigheden om goed met ICT om te gaan. Jongeren overschatten bovendien hun eigen digitale vaardigheden en hebben moeite om de betrouwbaarheid van online informatie te beoordelen.

<p>48%</p> <p>wil meer leren over nepnieuws</p>	<p>47%</p> <p>wil meer over AI-mogelijkheden en -risico's</p>	<p>47%</p> <p>wil slimmer omgaan met sociale media</p>	<p>1 op 3</p> <p>scholieren mist digitale basisvaardigheden</p>
--	--	---	--

Mediawijsheid is niet optioneel — het is een basisvaardigheid voor de 21e eeuw.

Aanbevelingen

- › Versterk het Expertisepunt Digitale Geletterdheid als landelijk kennisknooppunt voor scholen, lerarenopleiders en beleidsmakers. De weg van kerndoel naar klaspraktijk is lang: scholen en uitgevers hebben nu ondersteuning, middelen en tijd nodig.
- › Integreer (sociale) mediawijsheid als structureel onderdeel van het curriculum in het voortgezet onderwijs en mbo, aansluitend op de leefwereld van jongeren.
- › Investeer in professionele ontwikkeling van leerkrachten op het gebied van mediaopvoeding. Maak dit onder andere onderdeel van de PABO-opleidingen.

4 Ondersteun ouders, opvoeders en professionals

Ouders spelen een sleutelrol in het begeleiden van kinderen in de online wereld, maar hebben niet altijd de kennis of tools om dit effectief te doen. Opvoeders geven zelf aan **handelingsverlegen** te zijn: ze missen concrete handvatten om risico's van digitale media te verkleinen en kansen te vergroten.

De Rijksoverheid presenteerde in juni 2025 de [Richtlijn Gezond Schermgebruik voor Opvoeders](#), ontwikkeld met onder meer het NJi, RIVM, Trimbos en Netwerk Mediawijsheid. De richtlijn geeft concrete adviezen per leeftijdsfase en benadrukt dat gezond schermgebruik draait om méér dan schermtijd alleen: ook balans, samen mediagebruik en positieve online ervaringen zijn belangrijk.

De richtlijn ligt er, maar veel ouders en opvoeders kennen haar nog onvoldoende. Landelijke richtlijnen leiden niet automatisch tot verandering in de praktijk; daarvoor is een sterke lokale ondersteuningsinfrastructuur nodig.

Aanbevelingen

- › Investeer in brede bekendmaking van de [Richtlijn Gezond Schermgebruik](#) (2025) via gemeenten, jeugdgezondheidszorg, consultatiebureaus, jongerenwerk en bibliotheken. Vertaal naar praktische ondersteuning — ook voor ouders met een taalachterstand of laaggeletterdheid.
- › Versterk en continueer bestaande voorlichtingscampagnes zoals 'Blijf in Beeld' en 'Jouw Kind Online'. Investeer in bredere bekendheid en bereik, ook via lokale kanalen.

- › Investeer in professionele ontwikkeling van jeugdwerkers en jeugdzorg op het gebied van mediaopvoeding.

5 Maak melden eenvoudig en hulp direct bereikbaar

Naast preventie en regulering zijn er jongeren die al vastlopen: door social media verslaving, grensoverschrijdend online gedrag, schadelijke content of radicalisering. Zij hebben laagdrempelige hulp nodig. Organisaties zoals Offlimits bieden die hulp en vullen daarmee een cruciale leemte.

Overheidsinvestering in dit soort vangnetten is **geen sluitpost maar een basisvoorziening**. Vroegtijdige interventie is niet alleen humaner, maar ook kosteneffectiever dan wachten totdat problemen escaleren naar ernstige psychische klachten of jeugdzorg.

Aanbevelingen

- › Zorg voor een sluitende keten van melding naar actie naar herstel.
- › Structurele financiering voor organisaties die online grensoverschrijdend gedrag bestrijden en efficiënte vangnetten bieden.
- › Maak hulpaanbod laagdrempeliger en anoniem beschikbaar, aansluitend bij de online leefwereld van jongeren.
- › Laat de overheid meer inzetten op het voorkomen en behandelen van sociale media verslaving, in samenwerking met zorg- en onderwijspartners.

Voor meer informatie:

Mary Berkhout, programmadirecteur Netwerk Mediawijsheid

mary.berkhout@mediawijzer.net

Pim van den Dool, bestuurslid NJR

pimvandendool@njr.nl

NOTEN EN BRONNEN

- 1 Landelijke agenda Jong & Online (2025). MIND Us, UNICEF Nederland & Gemeente Amsterdam. Conferentie Kliks & Kwesties: Jong en Online, 11 februari 2025.
- 2 Ontwerp Nationale Jeugdstrategie (2025). Nationale Jeugdraad. Zie ook: NRC (2025), 'Grote boosdoeners zijn alle maatschappelijke problemen samen'.
- 3 Ontwerp Nationale Jeugdstrategie (2025). NJR, hoofdstuk Online wereld; NJR standpuntnotitie sociale mediaban.
- 4 Landelijke agenda Jong & Online (2025), punt 2: Wetgeving en Handhaving.
- 5 Ontwerp Nationale Jeugdstrategie (2025); ICILS (2023), Digitale geletterdheid van Nederlandse leerlingen; Ipsos I&O; (2024), Nederlandse scholieren scoren onder basisniveau digitale geletterdheid.
- 6 Netwerk Mediawijsheid (2026). Lessen uit Australië – Waarom een socialemediaverbod voor jongeren minder simpel is dan het lijkt. Geert van der Veen, 20 maart 2026.
- 7 Netwerk Mediawijsheid (2024). Een minimumleeftijd voor sociale media? Een verbod kan zelfs een tegengesteld effect hebben. 18 december 2024.
- 8 Rijksoverheid / Ministerie van VWS (2025). Richtlijn Gezond Schermgebruik voor Opvoeders. Factsheet en Kamerbrief, 17 juni 2025.
- 9 Expertisepunt Digitale Geletterdheid / Ministerie van OCW (2025). Definitieve conceptkerndoelen digitale geletterdheid gepubliceerd, september 2025.